

みんなでやろう「生活防災」

「防災」とは、「被害をできるだけ出さない・被害をできるだけ小さくする」ということや「効果的な災害対応を行って、被害の拡大を抑え、早く社会を安定させる」等の意味があります。しかし、一般人の私たちにとって「防災」とは、何をどのようにすれば良いのでしょうか？

そこで、グリーンシティ防災会では「防災活動」を特別な活動にしてしまうのではなく、私たちの日常生活の「利便性」と「危険回避」の両方で恩恵を得られるような「防災活動」にすることができないかを考えました。

そのひとつの答えとして「災害対策のためだけに活動するのではない」というところに行き着いたのです。

それが「生活防災」というものです。この「生活防災」は京都大学防災研究所の矢守克也教授が研究し推奨されていることでもあります。

生活防災の基本は、自分が「できることから」「関心のあることから」はじめることです。防災を自分の生活習慣から引き離さないように位置付け、他から独立させた特別な活動にしないことです。言い換えれば「普通の生活の中に防災を組み込むことを考える」ということです。それは、個々が持つ生活サイクルの中にある仕事・家事・勉強・福祉・環境・趣味・レジャー・スポーツ等の中に組み込むことです。



災害はどうしても「非日常的な出来事」なので、多くの人は「防災対策に真剣に取り組めていない」のが現状のようです。災害がどこかで発生すれば、あわてて地震保険に加入したり、非常食を買ったり、懐中電灯を買う等の、一時的な備えを行う人が多いのも事実です。ですから防災

を普段から自分の生活の延長線上に置き、日常的なものにしてしまうことが大切です。普段の生活の利便さに「組み込む」「置き換える」ことで、非日常的な災害時や緊急時の活動だけと考えることです。

そうすることで、防災を「意識しない・意識させない」で自然に「防災と共存ができる」ということになります。

そのためには、チームで、みんなで一緒にやるのが大切なことです。みんなでやれば、すごく楽しいし、他の人と話すことで、自然と自分の知識や技術もスキルアップします。その結果「自分を守り、自分の大切な人を守ること」につながっていくのです。そのように考えると、地域でのお祭り等のイベントは、素晴らしい防災訓練といえるでしょう。

また、単発的に行うのではなく、繰り返し行うことに意味があります。毎年、毎月、毎週、毎日行うことで、

自分や地域の生活文化になっていきます。それが習慣になると自然に考え、動けるようになると思うのです。

具体的には、自分の生活に定着させる方法として色々なものがあります。少しだけ例をあげてみましょう。

まずは、住居内の整理・整頓です。それができれば、日常生活が快適に過ごせ、地震の時には、落下物の防止や避難路確保ができます。

家庭内のコミュニケーションも重要

なんといっても「家族内でのあいさつは必需品」ですね。

普段からあいさつや会話があれば「家族の行き先や居場所の確認」ができ、災害時には安否確認をする上で、負担軽減になります。



散歩や買い物等では、地域を知ることができ、健康増進につながります。その効果として、危険箇所の把握や、「緊急時の利用資源（自販機の場所・コンビニ等）」の確認にもなります。

また、お風呂の水を流さずにおくと普段では洗濯水の確保になり、災害時にはトイレの水確保にもなります。結果として水道代が安くなる効果も得られます。

地域内のコミュニケーションも重要

ご近所の方とのあいさつは、地域コミュニティの強化や防犯力の向上になります。何より、あいさつがあると楽しいまちができあがり、毎日がワクワクします。その習慣は、災害時には共助の基盤となり、初動体制の構築が自然とできあがっていくことになります。発災時の混乱の中で一分一秒をあらそう時に、どこの誰かもわからず「どちら様でした？」ではなく、即座に助け合う行動ができます。また、知恵を出し合って企画するお祭やイベント等は、長期的な生活文化の形成となり、みんなで行うことが楽しいという文化が根付いていきます。

地域での防災訓練の取り組みは「こんなことでも良い！」のです。

迷惑駐車対策は、緊急車両の進入路確保になり、災害時は道路閉塞防止や避難路の確保になります。

ゴミ出しは、ゴミの減量、資源の再利用、環境保全になり、災害時は廃棄物処理等の分別作業の軽減に役立ちます。

みなさんも自分に合った「生活防災」を考えてみませんか。そして、はじめてみませんか。

次回も「生活防災」を掲載します。お楽しみに！

(参考引用文献：防災人間科学・矢守克也教授著)

